

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп					День	26.01.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша пшенная молочная	200	21,25	80	5.66	6.8	33.6
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200	13,08	100.6	3.16	2.66	15.94
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2,34	71.52	2.58	0.24	14.21
		209	Яйцо вареное	40	17,25	66	5	4.7	0.4
		15	Сыр порционн	12	8,32	30	3.4	1.8	0
Завтрак 2	фрукты	338	Киви	100	18	60	0.52	0.17	26
Обед	закуска	71	Салат из консервированной кукурузы	40					
	1 блюдо	98	Суп крестьянский с крупой	250	19,45	87.94	2.5	5.4	16.5
	2 блюдо	271	Катлета рыбная	60	17	132	7.66	6.85	9.97
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	9,44	101.6	2.79	2.83	16.37
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,56	46	2	1	15
		344	Компот из свежих плодов	200	7,57	120	0.1	0.1	30
		338	Яблоко	80	14,85	46	0.26	0.17	12